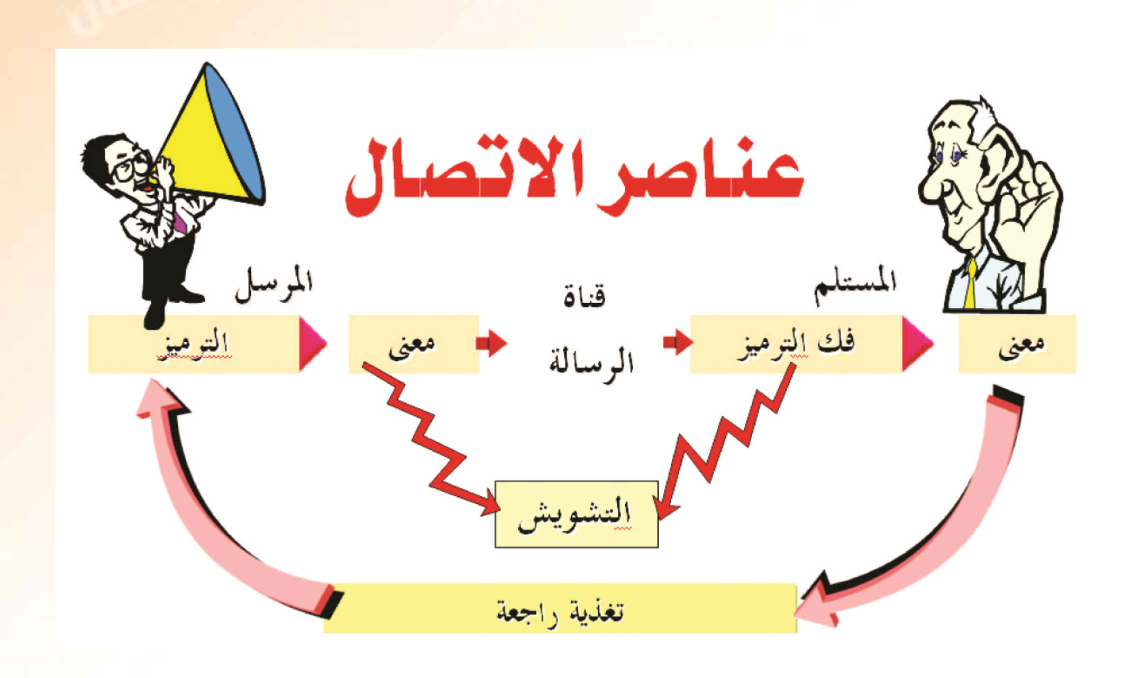
الوحدة الأولى

١) مقدمـــــة في الاتصـــال

أولاً تعريف الاتصـــال

هو: تبادل المعلومات و الآراء و المشاعر عن طريق رموز وإشارات تعبر عنها.



• عناصر الاتصال :

١- المُرسل

٢- الرسالة

٣- الوسيلة

٤- المُستقبل

٥- رجع الصدى

• معلومة :

رجع الصدى في الاتصال أنواع ، منها :

١- إيجابــي

٢- سلبي

٣- فوري

٤- مؤجل

ثانياً أهميـة الاتصـــال

١- سمة أو صفة من صفات الإنسان الأساسية

٢- يساعد على فهم الأحداث ، والتزود بالمعلومات واتخاذ القرارات

٣- الاتصال ضروري لتحقيق النجاح في الحياة

<u>ملحوظة :</u> لا تقتصر أهمية الاتصال على المستوى الفردي بل له أهمية مجتمعية أيضاً

ثالثاً أنواع الاتصــال

يمكن تصنيف الاتصال إلى عدة أنواع وفقاً لمعايير عدة :

١- من حيث اللغة المستخدمة :

- اتصال لفظي
- اتصال غير لفظي
- اتصال فوري أو متزامن
- اتصال غير متزامن

٢- من حيث رسميته :

- اتصال رسمي
- اتصال غير رسمي

• تصنيف الاتصال وفقاً لعدد المشتركين :

١- اتصال ذاتي

٢- اتصال شخصي

٣- اتصال جمعي

٤- اتصال جماهيري

رابعاً خصائص الاتصـــال

١- الاتصال عملية دائمة ومستمرة

٢- الاتصال ينتشر في الزمان والمكان

٣- الاتصال يتسم بالتغيير والتجدد

٤- يتسم الاتصال بالتلقائية

خامساً معوقات الاتصـــال

١- عدم الخبرة المشتركة :

وهو أن يكون الاختلاف بين المرسل والمستقبل يمكن في اللغة ، أو مستوى التعليم والعادات والخبرة في الحياة بينهما يؤدي إلى ما يسمى اختلاف الإطار المرجعي فيقع الاتصال خارج منطقة الخبرة المشتركة مما قد يعوق الفهم أو يعرقل الاتصال

٢- التشويش :

وهو عدم إدراك المستقبل للرسالة بالمعنى الذي يريد المرسل

* **من أمثلة التشويش :** (التشويش المادي – التشويش الدلالي)

تابع معوقات الاتصــال

٣- عوائق لدى المرسل أو المستقبل :

أن يفهم المستقبل رسالة المرسل على الوجه الصحيح ، أو يتجاوز حدود الأدب في رسالته ، أو يستخدم مفردات يصعب فهمها كما أن المستقبل قد يكون في حالة نفسية تعوقه عن الفهم أو في ذهنه تصور سابق يمنعه من فهم الرسالة .

٤- استعمال وسيلة غير ملائمة لطبيعة الرسالة أو الجمهور

سادساً الاتصــال مع الذات

١- اكتشاف الذات وفهمها :

يتوقف الاتصال مع الذات على ما يسمى بـ "إدراك الذات" أو "الوعي بالذات " ، والواقع هو أن الصورة التي يكونها المرء عن ذاته (صورة الذات) تعد من أكثر العوامل تأثيراً في تقديره لذاته

* **تعريف صورة الذات :** هي الصورة التي رسمها الشخص لنفسه في عقله أو فكرته عن ذاته ، وهي إمكان أن تكون إيجابية أو سلبية

* **ملحوظة :** يتفق علماء النفس على أن مفهوم الذات وصورة الذات على علاقة وثيقة بالسلوك الإنساني

تابع الاتصـــال مع الذات

٢- تقدير الذات :

يمكن تعريف الذات بأنه تقييم الفرد الكلي لذاته إما بطريقة إيجابية أو سلبية

* وتقدير الذات له مكونان أساسيان هما :

- الكفـــاءة الذاتية
- قيمـــة الذات

تابع الاتصـــال مع الذات

- تذكر:

- أشارت الأبحاث إلى أن من يتمتعون بتقدير مرتفع للذات يؤدون عملهم بطريقة أفضل ممن لديهم تقدير متدني لذاتهم

- إن التقدير المرتفع للذات إحدى السمات الأساسية للقادة الأكفاء

- يعزز تقدير الذات من إقامة علاقات شخصية واجتماعية طيبة

تابع الاتصـــال مع الذات

٣- إدارة الذات :

وتعني أن يتمكن الشخص من التحكم في نفسه ومشاعره وكذلك تعديل اتجاهاته لتكون مناسبة للموقف وإدارة الوقت وتعديل السلوك بما يجعله يؤدي بكفاءة وفعالية ، وإدارة الذات هي المدخل الرئيسي للتغيير

٤- تطوير الذات وتنميتها :

إن تنمية الذات عملية يقصد بها تحسين الذات وتطويرها وتفعيلها لتحقيق الأهداف المطلوبة

تابع الاتصـــال مع الذات

- عملية تطوير الذات تتطلب عدة إجراءات منها :

أ – قبول الذات

إن أول خطوة نحو تطوير الذات هو أن يتقبل الشخص ذاته وان يستفيد الشخص من قدراته وأن يتجنب المقارنات السلبية مع غيره

ب – إدراك جوانب القصور

وهذا يعني :

-أن تقبل بوجود قصور في ذاتك
- ألا تتوقع أبداً أن تكون إنساناً مثالياً
-اعْلم أن لديك نقاط قوة ، كما أن لديك نقاط ضعف
-ابدأ في تغيير الجوانب السلبية
-كرر المحاولة ولا تيأس